GIMNASTICĂ

Colțul specialistului

Unele observații asupra tehnicii și compoziției exercițiilor gimnastelor noastre la bîrnă și sol din ultimele concursuri internaționale

Pentru echipa noastră feminină ultimul concurs din sala Floreasca a constituit un bun prilej de a verifica în ce măsură au fost transpuse în practică învățămintele concursurilor precedente și în special cele din întîlnirea cu U.R.S.S. de la care a trecut un timp foarte scurt. Influența gimnastelor sovietice asupra echipei noastre a fost oglindită nu numai în tehnica exercițiilor impuse, ci și în compoziția exercițiilor liber alese. De exemplu, Emilia Liță a executat la sol sub o altă formă, originală, „forfecarea de picioare din culcat" a Astahovei, care a stîrnit admirația publicului. Elena Leuștean a introdus în exercițiul ei o piruetă cu rotare succesivă a brațelor, însoțită de extensie, inspirată tot din această întrecere. Terminarea exercițiilor la sol a fost completată cu legări expresive de efect.

Comparativ cu echipa U.R.S.S., cea mai bună echipă de gimnastică din lume, conținutul exercițiilor liber alese ale gimnastelor din R.P.R. nu reprezintă diferență de nivel. Putem afirma că la bîrnă exercițiile gimnastelor noastre au fost mai grele, execuțiile mai sigure, fără căderi, ceea ce dovedește o bună pregătire la acest aparat.

Tocmai din această cauză urmărirea bîrnei merită o mare atenție. Cu un sistem de semne convenționale originale, numit deocamdată „gymnografie", am putut urmări conținutul exercițiilor la acest aparat și la sol, observînd următoarele:

Exercițiile liber alese la bîrnă ale echipei feminine din Franța nu reprezintă un conținut bogat de elemente și legări. Nivelul acestor exerciții, comparativ cu exercițiile gimnastelor noastre, a fost la nivelul categoriei I, fără varietate în compoziții de la o gimnastă la alta.

Echipa feminină a Bulgariei a avut la bîrnă compoziții destul de simple. Au dominat în compoziție cu „elemente grele": „Stînd pe mîini cu rostogolire înainte" și „sfoara", care la ora actuală nu mai constituie „elemente de mare dificultate". Ranghelova, Grigorova au încercat să execute răsturnări grele (răsturnare înapoi, răsturnare pe o mînă laterală), însă cu o tehnică defectuoasă, avînd căderi și ezitări mari la executarea lor.

Gimnastele din echipa noastră au avut elemente variate de mare dificultate: rostogoliri înainte din săritură, roată laterală, stînd pe mîini cu întoarceri, treceri în diferite poziții, răsturnări înainte, înapoi lateral, piruete grele etc. Unele dintre gimnastele noastre au avut în compoziție cîte 2 (Emilia Liță) sau chiar cîte 3 (Sonia Iovan) legări de elemente de mare dificultate, ceea ce ridică valoarea echipei în mod considerabil la acest aparat. Păcat că Anastasia Ionescu s-a dezechilibrat la răsturnare înainte și a căzut de pe aparat, neterminîndu-și exercițiul. Astfel a pierdut nu numai un punct, ci în plus încă 1,20 deoarece i-au lipsit 12 secunde pînă la timpul minim, obligatoriu.

În urma observațiilor făcute la acest concurs și la cele precedente, putem constata că gradul de greutate al exercițiilor gimnastelor noastre este la un nivel superior. Nu același lucru putem constata la elemente de „legătură" la acest aparat. Unele gimnaste, Leuștean, Bibire, Ionescu etc. schimbă la fiecare concurs aceste „legări", le execută „ad hoc". Tocmai aceste elemente însă, sînt executate cu nesiguranță, fără amplitudine și fără eleganță.

Fixarea și executarea acestor „legări" ușoare, la prima vedere, dar decisive în esență, trebuie să constituie o preocupare tot atît de importantă, ca și elementele de mare dificultate. Numai astfel se va ridica valoarea execuției exercițiilor peste nota 9,50 p.

O fixare bună se observă atît în elemente grele, cît și la elemente de mare dificultate la Uta Poreceanu și Iovan Sonia la bîrnă. Așa se explică pe de o parte și siguranța și amplitudinea cu care ele execută aceste exerciții.

Dinamism în executarea mișcărilor dau nu numai execuțiile cu mare viteză, ci și diferența între viteza de execuție între un element executat mai lent și altul mai rapid, între schimbarea direcțiilor pe aparat și față de corp, între poziții joase și înalte. În acest sens, executarea exercițiilor la bîrnă numai înainte, după prea multe întoarceri inutile simple de 180° (Emilia Liță are 7 întoarceri de acest gen) reduc foarte mult din dinamismul exercițiilor. Pentru echipa noastră, acest lucru este foarte important și el va trebui să constituie o preocupare principală în pregătirea de viitor. Vor trebui eliminate pozițiile joase, greoaie, care cer mult timp pînă la ridicare, în loc să se execute mișcări dinamice, de deplasare, sărituri, piruete, legări acrobatice legate cu cele artistice de mare efect, relativ ușor de echilibrat.

Este necesar ca durata exercițiilor la bîrnă să nu fie la timpul limită maxim, deoarece preocupate să nu cadă, gimnastele lucrează la concurs extrem de încet. Astfel se va elimina pericolul de penalizare cu 0,50 puncte.

Mai sînt cîteva luni pînă la Olimpiadă, timp suficient pentru lichidarea lipsurilor existente, în vederea atingerii unei execuții superioare, astfel ca echipa noastră feminină să poată obține un loc de frunte în ierarhia gimnasticii mondiale.

BERTA T. COROBEANU

Maestră a sportului și asistentă la catedra de gimnastică de la I.C.F.

Un nou stadion în Capitală: „Medicina"

Zilele trecute a avut loc festivitatea de deschidere a stadionului „Medicina". Stadionul a fost realizat prin muncă patriotică — 10.000 de ore — de către sportivii Institutului Medico-Farmaceutic. S-a lucrat mult, cu entuziasm. Zile întregi acest șantier a fost locul de întîlnire a studenților medicinești, după orele de curs. De acum încolo, cele peste 20 de echipe reprezentative ale colectivului sportiv I.M.F., se vor antrena și vor susține meciuri pe teren propriu. Vor juca, cum se spune „la ei acasă". Galeria va striga mai puternic „Hai generala!" sau „Hai pediatria!"

Cuvinte de laudă avem și pentru colectivul de profesori ai catedrei de educație fizică a I.M.F.: Octavian Bănățan, Leontina Cojocaru, Margareta Tigănuș, Ecaterina Chendreș, Mugur Frazzei, Tiberiu Bălaș, Teodor Șerbănescu și Daniel Lăzăreseu, care au adus — alături de studenții sportivi — un prețios aport la realizarea acestui frumos stadion.

V. T.

PENTATLON modern

Primele întreceri din acest sezon

După luni de intensă pregătire, pentatloniștii fruntași din țara noastră iau startul în primul concurs oficial din acest sezon. Întrecerile se desfășoară după programul olimpic (cu o zi de pauză între proba de spadă și cea de tir). Vor lua parte printre alții: Dan Ionescu — campionul țării din 1958 și 1959; Wilhelm Roman, Dumitru Țintea, Nicolae Marinescu, Gheorghe Tominc.

Concursul începe astăzi prin disputarea probei de călărie care va avea loc pe parcursul de la G.A.S. Roșia începînd de la ora 10. Proba de scrimă va avea loc mîine dimineață de la ora 9 în sala Dinamo.

DUMITRU TINTEA

BOX

Trei reuniuni în Capitală

GALA DE BOX PE STADIONUL „TITANII"

Clubul bucureștean Metalul organizează astăzi, la orele 19, pe stadionul asociației sportive „Titanii" din calea Dudești, o interesantă gală de box. Pugiliștii metalurgiști se vor întîlni cu cei de la C.S.M.S. Iași. Atît gazdele cît și oaspeții s-au pregătit intens pentru această întîlnire organizată de clubul Metalul în cinstea celui de al III-lea Congres al Partidului Muncitoresc Romîn. Amatorii de gale pugilistice vor avea prilejul să asiste la 12 întîlniri interesante. În limitele categoriei muscă, metalurgistul Marin Cristea se va întîlni cu ieșeanul Emil Iliescu. Andrei Olteanu (Metalul), va primi replica „cocoșului" Valentin Mahu (C.S.M.S.). Foarte disputate vor fi și meciurile pe care le vor susține frații Enuț și Dănilă Done, în compania tinerilor Dumitru Burlaș și Gheorghe Vieru. La „mijlocie mică" vor evolua două perechi: Virgil Badea — Eugen Spulber și Dumitru Rizea — Grigore Verepceanu.

PUGILIȘTII DINAMOVIȘTI DIN BUCUREȘTI ȘI CRAIOVA SE ÎNTÎLNESC MÎINE, PE VELODROMUL DINAMO

Mîine dimineață, velodromul Dinamo va găzdui întrecerea dintre boxerii dinamoviști din București și cei din Craiova. Duelul dintre cele două echipe se anunță deosebit de disputat. Iată cîteva din meciurile ce vor avea loc mîine, începînd de la orele 10,30: Constantin Toma — Gheorghe Marinescu, G. Gheorghiu — A. Farkaș, I. Dragnea — C. Bilă, N. Linca — G. Iordache și Gh. Dumitru — O. Mărăcineanu.

A. S. SEMĂNĂTOAREA — SELECȚIONATA ORAȘULUI IAȘI

Acest sfîrșit de săptămînă, bogat în gale pugilistice se completează cu o întîlnire între A. S. Semănătoarea și Selecționata orașului Iași. Întrecerile vor avea loc mîine, în incinta clubului Uzinelor Semănătoarea din Splaiul Independenței nr. 319, începînd de la orele 18.

TENIS DE MASĂ

Primele rezultate din etapa finală a campionatului republican individual

CRAIOVA 22, (prin telefon). Vineri au început întrecerile primului concurs din cadrul etapei finale a campionatului republican individual. Participă peste 100 de jucători și jucătoare din toate regiunile cu excepția celor din regiunea Stalin. Cei 1000 de spectatori au urmărit partide de un bun nivel tehnic. Iată cîteva rezultate mai interesante: DUBLU FEMEI, *turul II*: Pitică, Folea-Slăvescu, Ardelea 3-2, Biro, Cobîrzan-Răduică, Novac 3—1, Rozeanu, Alexandru-Jandrescu, Jandrescu 3—0, Constantinescu, Tompa-Boroș, Mihalca 3—1; DUBLU BĂRBAȚI, *turul II*: Cobîrzan, Covaci-Trupel, Trupel 2—0, Băcioiu, Dinu Grigore-Majtehni, Zador 2—1. Jocurile continuă sîmbătă și duminică.

R. SCHULTZ și V. PAIN-coresp.

CICLISM

Cicloturismul — un sport care se dezvoltă

Mîine în Capitală o nouă excursie cicloturistică

Drumeția pe bicicletă (cicloturismul) este o interesantă și atractivă formă de îmbinare armonioasă a dragostei pentru sport cu dorința de a cunoaște cît mai multe dintre frumusețile patriei. Excursiile pe biciclete spre locurile istorice sau spre mărețele edificii ale socialismului sînt deosebit de instructive. Timpul liber este petrecut în mod plăcut de către participanții la întrecerile cicloturistice. Într-un colectiv mare se găsesc oameni cu cunoștințe în diferite domenii ale științei și artei, cu specializări diferite, care împărtășesc cunoștințele lor tovarășilor de drum.

În sezonul sportiv de vară în București — ca și în alte orașe ale țării — se organizează cu regularitate nenumărate excursii cicloturistice, la care participă sute și sute de tineri și vîrstnici. Anul acesta în Capitală s-au organizat două excursii cicloturistice care s-au bucurat de participarea a peste 100 concurenți. Prima excursie s-a efectuat la Mogoșoaia. Cicloturiștii au vizitat Muzeul de Istorie. A doua excursie a avut ca punct terminus pădurea Băneasa. Cu acest prilej participanții au vizitat grădina zoologică. La întoarcere au făcut un popas la „Casa Scînteii", pentru a asista la sosirea într-o cursă ciclistă.

Mîine dimineață, consiliul orășenesc U.C.F.S. București în colaborare cu F.R.C. organizează o nouă și interesantă excursie cicolturistică. Concurenții se vor întîlni la ora 8 în str. Ion Vidu, urmînd ca plecarea să se facă la ora 8,30. De aici se va merge la pădurea Săbăreni (șoseaua București-Pitești). Cicloturiștii vor putea să cunoască felul cum trăiesc căprioarele în această frumoasă pădure.

Iată deci că această frumoasă ramură a ciclismului — cicloturismul — cunoaște o puternică dezvoltare. Pentru continua creștere a numărului de participanți este bine ca organizatorii să aleagă trasee accesibile mersului pe bicicletă, să fixeze din timp itinerariile și să stabilească un program cît mai atractiv. În toată țara există posibilități optime pentru inițierea întrecerilor cicloturistice. Comisiile locale de ciclism au deci datoria să se îngrijească cu toată atenția de progresul acestei discipline. Uzinele, școlile, fabricile etc. pot să organizeze — în colaborare cu asociațiile sportive — concursuri cicloturistice care să se încheie cu diferite jocuri sportive și distractive dotate cu premii (cupe, plachete, diplome).

CONCURS DESCHIS TUTUROR POSESORILOR DE BICICLETE

Consiliul raional U.C.F.S. Tudor Vladimirescu organizează duminică pe șoseaua București-Tîrgoviște un nou concurs deschis tuturor categoriilor de alergători. Participanții își vor disputa întîietatea pe următoarele distanțe: avansați 100 km; tineret 60 km; juniori cat. I 30 km; juniori cat. a II-a 20 km; senioare 15 km; junioare 15 km; biciclete de oraș 10 km, precum și probe pentru copii între 10-14 ani. Primul start se va da în jurul orei 9,30 de la km 8.

Finalele campionatului republican școlar de volei

Cîteva imagini din filmul întrecerilor...

Tg. Mureș, 14-18 aprilie.. Turneul final al campionatului republican școlar de volei. Cinci zile de întreceri sportive însuflețite, cum numai la „școlare" poți întîlni. Pentru a vă face o imagine sumară, rețineți un singur amănunt: majoritatea partidelor au necesitat cîte 5 seturi de joc! N-a existat niciodată un învingător sigur, nici o echipă care să poată spune că are dinainte asigurată victoria. Aproape de fiecare dată s-au luptat pentru victorie cîte două ore și jumătate, uneori chiar trei ore (meciul dintre echipele școlilor medii nr. 35 și nr. 1, ambele din București). N-am mai văzut de mult o așa imensă risipă de energie, o dispută în care absolut toate echipele să se angajeze cu atîta ardoare pentru a apăra prestigiul scump al școlii pe care o reprezintă. Din impresionantul film al întrecerilor, redăm mai jos cîteva aspecte..

Primul meci, prima victorie!.. Știți cine au realizat-o? Șase fete de-o șchioapă, o echipă cu puține veleități — reprezentativa școlii medii din Sînnicolaul Mare (reg. Timișoara). Adversarele lor, elevele de la „Aurel Vlaicu", principale pretendente la titlu, aproape că nici nu s-au văzut!... O victorie obținută doar în trei seturi. O victorie a voinței, a dragostei pentru școală, o răsplată binemeritată adusă străduințelor antrenoarei lor, prof. Berta Roos. În acest turneu, filcele harnicilor colectiviști din Sînnicolaul Mare n-au cunoscut înfrîngerea. Cîștigînd titlul de campioane elevele din Sînnicolaul Mare reeditează performanța înregistrată cu trei ani în urmă, la Constanța, și care la vremea respectivă a făcut mare vîlvă. Adresăm întregei echipe un călduros „bravo!"..

Băieții de la „35" au reușit să cucerească nu numai titlul de campioni, dar, o dată cu acesta — la fel ca și anul trecut la Orașul Stalin — inimile spectatorilor. Să nu vă mire. Voleibaliștii de la „35" s-au comportat ca niște adevărați sportivi. Disciplinați, respectuoși față de adversari, cu un inegalabil spirit de echipă, reprezentanții școlii medii cu program special de educație fizică din București au făcut o bună propagandă voleiului într-un oraș în care acest sport tinde să înregistreze o popularitate la fel de mare ca și baschetul, natația, polo-ul și — bineînțeles — fotbalul. După meciul-cheie — cu echipa șc. med. „Al. Papiu Ilarian" (pe care l-au cîștigat cu 3—1), cine credeți că l-a felicitat mai întîi pe antrenorul de la „35", prof. Al. Dragomir? Chiar directoarea școlii a cărei echipă fusese învinsă, prof. Coralia Voiculescu. Un gest frumos care vorbește de la sine..

În timpul lor liber, în pauza dintre meciuri, echipele participante și-au manifestat dorința de a cunoaște orașul gazdă, orașul florilor cum este cunoscută în întreaga țară, frumoasa așezare de pe Mureș. Au fost vizitate Muzeul de Artă, Palatul Culturii (cu impresionanta sală a oglinzilor), biblioteca documentară Teleki, complexul medical, fabrica de mobile „23 August". De asemenea, au fost vizitate o serie de construcții cu caracter sportiv — stadionul central al orașului, baza nautică, amplasamentul viitorului complex sportiv de sub dealul Gorneștilor. Și astfel, pentru marea masă a participanților la acest turneu, deplasarea la Tg. Mureș n-a avut numai o semnificație pur sportivă, ea a constituit totodată un prilej minunat de cunoaștere a frumuseții unuia dintre principalele orașe ale țării.

Iată și clasamentul final al întrecerii: BĂIEȚI: 1. Șc. med. nr. 35 București (antrenor, prof. Al. Dragomir) — campioană republicană școlară; 2. Șc. med. „Al. Papiu Ilarian" Tg. Mureș (antrenor, prof. St. Surdu); 3. Șc. med nr. 4 Timișoara (antrenor, prof. N. Mihăilescu); 4. Șc. med. nr. 6 „Ștefan Gheorghiu" Orașul Stalin (antrenor, prof. V. Papuc); 5. Șc. med. nr. 1 „N. Bălcescu" București (antrenor, prof. G. Tudose); 6. Șc. med. „V. Alecsandri" Galați (antrenor, prof. M. Vodă). FETE: 1. Șc. med. Sînnicolaul Mare (antrenor, prof. Berta Roos) — (campioană republicană școlară); 2. Șc. med. nr. 4 „Aurel Vlaicu" București (antrenor, prof. Valeria Orășeanu); 3. Șc. med. nr. 6 Orașul Stalin; 4. Șc. med. nr. 15 „Elena Sîrbu" (antrenor, prof. Eugen Scarlat); 5. Șc. med. nr. 2 „Gh. Coșbuc" Cluj (antrenor, prof. M. Megieș); 6. Șc. med. nr. 2 Vidra, reg. Galați (antrenor, prof. St. Ovidenie).

Despre valoarea turneului, am cerut părerea cîtorva martori oculari, membri ai comitetului de organizare a întrecerilor:

prof. Marinel Oancea, delegat al M.I.C. și președintele colegiului central de arbitri: „Este cel mai bun turneu școlar de volei la care am asistat. Echipele de băieți, în special, au manifestat o creștere apreciabilă a valorii lor, cunoștințe avansate în domeniul tehnicii acestei discipline. Pepiniera voleiului nostru este foarte bogată, ceea ce mă face să cred că și în anii viitori vom fi capabili să contăm pe primul plan în ierarhia voleiului mondial".

prof. Ion Takacs, antrenor federal: „Apreciez ca foarte reușită actuala ediție a „școlarelor" de volei. Echipele au dovedit mai bună pregătire, mai multă maturitate — un început de gîndire tactică. Există mulți tineri cu perspectivă, care s-au impus. Îi vom urmări cu toată atenția în viitoarele lor confruntări sportive".

TIBERIU STAMA